



# きゅうメール

毎月19日は  
食育の日

【日にち】 5月19日（火）

しよくいく ひ こんだて  
食育の日献立

【こんだて】

しゆしよく はん  
主食 どうだんご飯

こんだて いちぶ へんこう  
※献立を一部変更しています

しゆさい しお や  
主菜 はまちの塩こうじ焼き

ぶくさい とうふ じる  
副菜 豆腐のすまし汁

キャベツのじゃこ炒め

ぎゅうにゆう ぎゅうにゆう  
生乳 牛乳

その他 ヨーグルト



はいぜん す  
【配膳図】



きょう ちさん ちしょう  
【今日の地産地消】

ちづ ちよせん こめ とうふ  
智頭町産：米、豆腐（なかや豆腐店）

とっとりけんさん ぎゅうにゆう  
鳥取県産：牛乳、はまち、わかめ、チンゲンサイ、えのきたけ、にんじん  
ねぎ、ブロッコリー、ヨーグルト、塩こうじ

きゅうしよく  
【給食センターより】

まいつき 19日は「食育の日」です。食たべることを通つうじて心も体も元げん気に生いきる力ちからを育そだてることを「食育」といいます。今日は「食育の日献立」として、町内や県内ないでとれたものをたくさん使つかった献立こんだてにしました。

いま じき しゆん さんさい  
今の時期、旬をむかえる山菜のひとつ「ぎぼし」は、他の地域では食たべられていない智頭町ちづちやうならではの食しよく材ざいとして知しられています。今日の給食きやう きゅうしよくまでに収しゆう穫かくが間に合あわず、ぎぼしの代かわりにブロッコリーしやうを使用しやうしています。

どうだんご飯はんは、梅うめの赤あか色いろと菜飯なめしの緑みどり色いろで、智頭町ちづちやうの花はなである「どうだんつつじ」ひやうげんを表現ひょうげんしています。また、米こめに「黒米くろまい」いを入れて一いっ緒しょに炊たくことで、赤飯せきはんのような赤あかい色いろのご飯はんになります。